

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ



«Затверджую»

Ректор

Буяк Б. Б.

15 березня 2022 р.

ПРОГРАМА
ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 014.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)
при вступі на навчання для здобуття ступеня **«Бакалавр»**
для вступників на основі ОКР «Молодший спеціаліст», ОПС «Фаховий молодший бакалавр», ОС «Молодший бакалавр»

ТЕРНОПІЛЬ-2022

Програма фахового вступного випробування зі спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) при вступі на навчання для здобуття ступеня «бакалавр» для вступників на основі ОКР «Молодший спеціаліст», ОПС «Фаховий молодший бакалавр», ОС «Молодший бакалавр» / В. І. Наумчук, А. В. Огнистий. – Тернопіль: ТНПУ, 2022. – 6 с.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Конкурсний відбір вступників на основі ОКР «Молодший спеціаліст», ОПС «Фаховий молодший бакалавр», ОС «Молодший бакалавр» для здобуття ступеня бакалавра спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) проводиться за результатами фахового вступного випробування, яке оцінюється за 100-бальною шкалою оцінювання знань (від 100 до 200 балів).

Фахове вступне випробування проводиться у вигляді усного екзамену і має на меті перевірити рівень знань з фахових дисциплін вступників освітньо-кваліфікаційного рівня молодший спеціаліст за спеціальністю 014.11 Середня освіта (Фізична культура). Програма екзамену складається з питань теорії фізичного виховання, фізіології людини і теоретичних основ обраного виду спорту.

До участі у конкурсному відборі для вступу на навчання допускаються вступники з результатом відповідей не менше 125 балів.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ

180-200 балів виставляється у випадку, коли при вирішенні навчального завдання абітурієнт вірно відповідає на поставлені питання, точно формулює визначення, самостійно обґрунтовує та ілюструє прикладами певні положення дисципліни. Відповідь повна і логічна, викладена з баченням зав'язків між знаннями та практикою, з рухом думки від загального до часткового (від визначень до прикладів). Абітурієнт може самостійно робити висновки та узагальнення. Абітурієнт грамотно і вільно пояснює навчальний матеріал, допускає не більше однієї незначної неточності у висвітленні питання.

160-179 балів виставляється за повну відповідь на запитання. Завдання розв'язано самостійно і правильно, але без розкриття загальних закономірностей, які розповсюджуються на цю групу явищ. Навчальний матеріал опанований добре, абітурієнт може самостійно виправити припущені у відповіді несуттєві помилки, а також робити висновки та узагальнення. Відсутні грубі помилки. Допускається дві-три неточності у відповіді, незначне відхилення від теми.

140-159 балів – оцінюється відповідь, яка свідчить переважно про знання і розуміння навчального матеріалу, але неспроможність абітурієнта використовувати ці знання при аналізі поставленої проблеми. Проблема в цілому розкрита, але в загальних рисах. У відповіді є посилання на матеріал, викладений у підручниках, але відсутнє узагальнення. Припущені відхилення від теми і спостерігаються порушення у послідовності викладання матеріалу. Абітурієнт не володіє понятійним апаратом. У відповіді є одна або дві грубі помилки і декілька недоліків, які, як правило, супроводжують грубі помилки.

125-139 балів – вступник не оволодів основними теоретичними положеннями теми, понятійним апаратом, не володіє прийомами вірного рішення проблеми, що розглядається, відповідає вірно лише на деякі складові питання, навчальне завдання виконано частково або, переважно, невірно. Спостерігається розуміння сутності питання, але без його теоретичного обґрунтування, намагання адаптувати навчальний матеріал до запропонованої ситуації. Відповідь складається з плутаного

переказу окремих явищ без висновків та узагальнень або із загальних положень, що не розкривають сутність запитання. Відповідь абітурієнта свідчить про механічне запам'ятовування навчального матеріалу.

100-124 балів – вступник має знання, проте не розуміє термінів, не розрізняє їх, схематично будує відповідь на поставлені питання, відсутня орієнтація у сучасних наукових дослідженнях за спеціальністю «Середня освіта (Фізична культура)», теоретичні положення не підкріплюються прикладами.

РОЗДІЛ 1

ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

1. Фізіологія людини як наука: визначення, значення для професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури.
2. Методи фізіометрії.
3. Поняття про робочу гіпертрофію м'яза.
4. Поняття про функціональну систему А.К.Анохіна.
5. Вікові особливості системи крові.
6. Поняття про спортивне серце.
7. Чинники, які визначають ЧСС. Поняття про брадикардію і тахікардію.
8. Види артеріального тиску.
9. Чинники, які визначають артеріальний тиск.
10. Реакція артеріального тиску на фізичне навантаження.
11. Вікові особливості серцево-судинної системи.
12. Особливості дихання при фізичній роботі.
13. Поняття про аеробну фізичну працездатність і методи її визначення та оцінки.
14. Поняття про анаеробну фізичну працездатність і методи її визначення та оцінки.
15. Вікові особливості системи дихання.
16. Комплексні методики визначення і оцінки фізичного здоров'я людини.
17. Методи визначення функціонального стану серцево-судинної системи.
18. Методи визначення функціонального стану дихальної системи.
19. Значення і методи визначення показника ЧСС.
20. Поняття про гіподинамію і гіпокінезію.

РОЗДІЛ 2

ТЕОРІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Поняття «фізична культура» і показники її розвитку.
2. Характеристика системи фізичного виховання в Україні.
3. Характеристика правових, програмних і нормативних основ національної системи фізичного виховання.
4. Характеристика організаційних і науково-методичних основ фізичного виховання.
5. Розкрийте освітні завдання фізичного виховання.
6. Розкрийте оздоровчі завдання фізичного виховання.
7. Розкрийте виховні завдання фізичного виховання.
8. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання.

9. Характеристика факторів, що визначають вплив фізичних вправ на організм людини.
10. Поняття про техніку фізичних вправ і компоненти та фази їх виконання.
11. Характеристика умов раціональної техніки.
12. Шляхи реалізації принципу свідомості і активності.
13. Шляхи реалізації принципу доступності та індивідуалізації.
14. Шляхи реалізації принципу систематичності.
15. Характеристика методів навчання рухових дій..
16. Характеристика методів вдосконалення та закріплення рухових дій.
17. Характеристика методів вдосконалення фізичних якостей.
18. Характеристика методичних прийомів вправляння.
19. Характеристика методу використання слова.
20. Характеристика методу демонстрації.

РОЗДІЛ 3

ТЕОРІЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ

1. Загальні поняття про фізичні якості.
2. Правила змагань в обраному виді спорту.
3. Розвиток фізичних якостей в обраному виді спорту.
4. Відомі спортсмени та тренери в обраному виді спорту.
5. Основні рухи, що складають техніку обраного виду спорту.
6. Мета та зміст занять обраним видом спорту.
7. Фізичні вправи, що використовуються під час тренувальних занять.
8. Змагальні вправи в обраному виді спорту.
9. Мета, завдання і значення розминки перед тренувальними заняттями в обраному виді спорту.
10. Основні вправи, що використовуються у розминці в обраному виді спорту.
11. Матеріально-технічне забезпечення в обраному виді спорту.
12. Гігієнічні вимоги до занять в обраному виді спорту.
13. Типові травми під час занять в обраному виді спорту та їх профілактика.
14. Поняття техніки і тактики в обраному виді спорту.
15. Історія розвитку обраного виду спорту.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Є.С. Теорія і практика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Є. С. Вільчковський. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В.Волков. – Киев, 2005. – 296 с.
3. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури : методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2000. – 80 с.

4. Дубовис М.С., Цвек С.Ф. Планування навчальної роботи з фізичної культури в 5-11 класах: Метод. реком.- К.; Пед. преса, 1999. – 164 с.
5. Державний стандарт освітньої галузі „Фізична культура і здоров'я». – К.: Міносвіта, 1998.
6. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К., 1994. – 22 с.
7. Иванов Л.Н. Для развития двигательной реакции // Физическая культура в школе. – 1991. – № 11. – С. 29.
8. Круцевич Т.Ю. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.– К.: Олімпійська література, 2001.
9. Календарно-тематичне планування уроків фізичної культури. 1-4 класи. /Кругляк О.Я., Буклів І.М., Кругляк М.П..- Тернопіль: Підручники і посібники, 2000.- 64 с.
10. Карпенко В.Б. Организация учебного процесса, направленного на развитие выносливости школьников 10-12 лет на уроках физкультуры // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 10. – С. 13–18.
11. Лебедева Н.Т. Физическое воспитание подрастающего поколения с позиции медицины // Вестник спортивной Беларуси. – 1994. – № 2.
12. Леськів А.Д., Андрощук Н.В., Дзюбановський А.Б. Форми і засоби фізичного виховання молодших школярів. Методичний посібник (видання 2-ге, доповнене).- Тернопіль: СМП «Астон», 2000.- 175 с.
13. Матвеев А.П. Методика физического воспитания с основами теории. – М.: Просвещение, 1991.
14. Наумчук В.І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії та методики фізичного виховання і спорту. – Тернопіль: Астон, 2013. – 90 с.
15. Плахтій П.Д. Тестування, оцінка та корекція функціонального стану школярів: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 1997. – 112 с.
16. Приступа Е.М, Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури.- Львів, 1991. Педагогічна практика абітурієнтів фізичної культури: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко, О.П. Фальков, А.Ф. Кісельов, Я.І. Конопенко.- Херсон: Наддніпрянська правда, 1995. – 216 с.
17. Пензулаева Л.И. Физическое воспитание в малокомплектной школе: Книга для учителя.- М. Просвещение, 1990. – 144 с.
18. Планування програмового матеріалу з предмету «Фізична культура» для учнів 1-4-х класів/ Леськів А.Д., Левковський Д.М., Дзюбановський А.Б., Леськів В.А.- Тернопіль: «Астон», 2000. – 176 с.
19. Романенко В.А. Двигательные способности человека.- Донецк: Новый мир, УКЦентр, 1999. - 336 с.
20. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка // Фізичне виховання в школі. – 2001. – № 2, 3.
21. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
22. Шиян Б.М. Омеляненко І.О. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Частина 2.– Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2012. – 303 с.